

Mensa Friedensau

Speiseplan vom 04.09.2017 bis 10.09.2017, 36. Kalenderwoche

- Montag** Tagessuppe - 0,65 €
04.09.2017 - 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g
Chili sin Carne mit Reis - 3,65 €
a, o - 887,3 kcal, 3717,7 kJ, BE BE, Eiweis 26,9 g, Fett 29 g, Kohlenhydrate 128,1 g
113
- Dienstag** Tagessuppe - 0,65 €
05.09.2017 - 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g
Gegrillter Seelachs Rosmarinkartoffeln ,Bohngemüse und Sauce - 4,2 €
- 179,6 kcal, 751,4 kJ, BE 0,6 BE, Eiweis 23,5 g, Fett 5,8 g, Kohlenhydrate 7,6 g
- Mittwoch** Tagessuppe - 0,65 €
06.09.2017 - 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g
Napoli Nudelaufauf mit Pilzen und Kirschtomaten - 3,6 €
9, a, c, g, l, 37, o - 1438,5 kcal, 6017,4 kJ, BE 2 BE, Eiweis 45 g, Fett 106,2 g, Kohlenhydrate 77,8 g
113
- Donnerstag** Tagessuppe - 0,65 €
07.09.2017 - 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g
Bratwurst mit Kürbispüree und Sauce - 3,6 €
- 311,4 kcal, 1304,5 kJ, BE 4,6 BE, Eiweis 7,1 g, Fett 6,6 g, Kohlenhydrate 54,9 g
113.118
- Freitag** Tagessuppe - 0,65 €
08.09.2017 - 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g
Kichererbsencurry mit Spinat und Basamtireis - 3,6 €
- 53,8 kcal, 226,1 kJ, BE 0,4 BE, Eiweis 3,8 g, Fett 1,2 g, Kohlenhydrate 4,4 g
120
- Sabbat** Friedensau Burgerpatty mit Süßkartoffelpüree und Grünen Gemüse - 3,9 €
09.09.2017 - 1727,8 kcal, 7291 kJ, BE 0,9 BE, Eiweis 53,9 g, Fett 59,8 g, Kohlenhydrate 231,4 g
- Sonntag** Tagessuppe - 0,65 €
10.09.2017 - 85,5 kcal, 357,1 kJ, BE 0,2 BE, Eiweis 2,9 g, Fett 7,2 g, Kohlenhydrate 2,3 g
Vegetarische Frühlingsrolle mit Asiagemüse und gebratener Reis - 3,75 €
2, f - 575 kcal, 2406 kJ, BE 6,5 BE, Eiweis 16,1 g, Fett 21,1 g, Kohlenhydrate 79,8 g
113

Änderungen vorbehalten
Täglich Salatbuffet und Dessert

101 - mit Farbstoff, 102 - mit Konservierungsst, 103 - mit Antioxidationsmi, 104 - mit Geschmacksverstärker, 105 - mit Süßungsmittel, 106 - enth. eine Phenylala, 107 - mit Phosphat, 108 - gewachst, 109 - geschwärtzt , 110 - geschwefelt, 113 - enth. Gluten, 115 - enth. Ei, 117 - enth. Erdnüsse, 118 - enth. Soja, 119 - enth. Milch ., 120 - enth. Schalenfrüchte, 121 - enth. Sellerie, 122 - enth. Senf , 123 - enth. Sesam, 124 - enth. Schwefeldioxid, 125 - mit einer Zuckerart , 127 - unter Schutzatmosphä, 128 - mit Milcheiweiß, 131 - chininhaltig, 132 - auf der Grundlage von Tafelsüße, 135 - aus gentech. veränderten Lebensmitteln hergestellt, 137 - enth. Lupinen, 140 - mit Stärke oder Pflanzenstärke, 142 - Kann Aktivität und Aufmerksamkeit bei Kindern beeinträchtigen